



GRADVIS GENÅBNING AF DANMARK FITNESSCENTRENE FORBEREDER SIG TIL AT BLIVE GENÅBNET I NY VIRKELIGHED

Fitness er danskernes foretrukne sportsgren. Over 800.000 danskere svarende til hver fjerde voksne dansker holder sig aktive ved at træne i et af landets 938 fitnesscentre¹. Interessen er stigende år for år. Siden 2006 er antallet af fitnesscentre steget fra godt 330 til 938. Det svarer til en vækst på 184 %.

Fitnesscentre skaber rammer for brugernes træningsrutiner, der er afgørende for den enkelte i forhold til at holde sig fysisk og mentalt sund. De gode rutiner har mange fitnesscentre under Corona-krisen forsøgt at hjælpe brugerne med at fastholde gennem digitale løsninger og træningsprogrammer.

I takt med, at Danmark gradvist og kontrolleret genåbner, vil fitnessbranchen være forberedt på en hurtig, smidig og sikker genåbning af fitnesscentre, så danskerne kan få deres gode motionsvaner igen. Det sker naturligvis under de nye forhold, hvor vi skal holde afstand og sikre ekstra god hygiejne og information til brugerne.

Fitnessbranchen består af alt fra store kæder til lokale enkeltmandsvirksomheder, der tilsammen beskæftiger mange medarbejdere fast og på timeløn. Samlet set er 1.928 fuldtidsansatte beskæftiget i fitnessbranchen og skaber 1.182 afledte arbejdspladser hos underleverandører.

Mange centre er lukningstruede, da lokaler, hvor der udøves sports- og fritidsaktiviteter, er lukket ved forbud, og derfor udebliver mange indtægter.

Vi er i gang med en genåbning af landet. I første omgang genåbnede kritiske funktioner herunder fx skoler og daginstitutioner. Herefter domstole, køreskoler, frisører og andre liberale erhverv. Desværre kom idræt ikke med i anden del af den første åbning, og derfor skal vi fortsat væbne os med tålmodighed.

Men vi kan som branche gøre vores forberedelser og indstille os på, at vi skal holde afstand og bevare det forhøjede hygiejniske niveau et godt stykke ud i fremtiden.

Fitnessbranchen har allerede udvist stor ansvarlighed for at undgå smittespredning før nedlukningen. Det skal vi fortsat gøre. Vi skal vise, hvordan vi tager de nødvendige skridt, der gør det muligt at genåbne fitnesscentre til gavn for de erhvervsdrivende, medlemmerne og hele befolkningens mulighed for at dyrke idræt med alt, hvad det bidrager til af fysiske aktivitet og mental velvære.

Derfor har DFHO en række praktiske anbefalinger til fitnesscentre om indretning og afvikling af hverdagen i et helt eller delvist genåbnet center. Anbefalingerne indeholder desuden information og påbud til brugerne.

Disse anbefalinger kan naturligvis blive tilpasset i forhold til myndighedernes retningslinjer på det givne tidspunkt, hvor fitnesscentre kan genåbne.

¹ Idrættens Analyseinstitut (2019), "Forsat flere fitnesscentre i Danmark"

GRADVIS GENÅBNING AF DANMARK

ANBEFALINGER TIL FITNESSCENTRENE

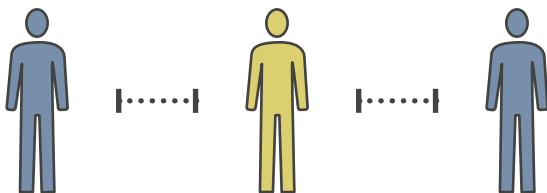
Forberedelse:

- **Ekstra rengøring:** Fitnesscentrene sørger for grundig rengøring inden åbning.
- **Svedabsorberende udstyr:** Yoga- og træningsmåtter, sandsække og boksehandsker mv. bør ikke være tilgængeligt. Brugerne opfordres til at medbringe eget udstyr, hvis dette skal anvendes til træning.
- **Flere faciliteter lukkes:** Badefaciliteter, saunaer, café mv. holdes lukket. Eventuelle særskilte vandposter lukkes, og brugerne opfordres til at medbringe fyldte drikkedunke.
- **Hygiejnestationer:** Der skal være mulighed for håndvask eller anden form for desinficering ved ind- og udgange, i reception, på toiletter og i alle øvrige lokaler.
- **Sikkerhedsværn:** I situationer fx i en reception, hvor der undtagelsesvis ikke kan sikres mindst 2 meters afstand, kan der opsættes en fysisk barriere mellem personale og kunde. Dette kan fx være en skærm af plastic eller glas. Der kan desuden stilles masker og gummihandsker til rådighed for de ansatte.



Hygiejne under drift:

- **Ekstra rengøring:** Der skal ske ekstra udluftning og rengøring som en del af den daglige drift med hyppig desinficering af berøringsflader som dørhåndtag, kortlæsere, vandhaner og træningsudstyr og -maskiner.
- **Desinfektion mellem aktiviteter:** Redskaber og maskiner skal desinficeres mellem hver benyttelse.
- **Hygiejnestationer:** Sørg for løbende opfyldning af håndsprit mv. ved synlige og tilgængelige hygiejnestationer.



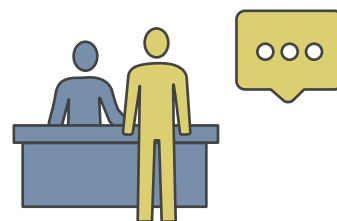
Afstand:

- **4 kvadratmeter pr. bruger:** Kapaciteten styres gennem digitale eller personlige registreringer.
- **2 meters afstand:** Afstanden imellem brugerne skal være mindst 2 meter – og denne afstand skal også opretholdes ved brug af maskiner og redskaber. Eksempelvis kan hvert andet løbebånd lukkes. Desuden skal der afstandsmarkeres på gulve ved ind- og udgange og ved hygiejnestationer.
- **Adgangsforhold:** Hvis det er muligt, anvendes én dør som indgang og en anden dør til udgang.
- **Holdtræning:** Hvis holdtræning opretholdes, skal der sikres mindst 2 meters afstand mellem deltagerne i lokaler med minimum 4 kvadratmeter pr. deltager – eventuelt med afstandsmarkering. Det kan overvejes at afvikle holdtræning udendørs, hvis det er muligt.



Budskaber til personalet

- Alle ansatte skal oplyses om og overholde Sundhedsstyrelsens anbefalinger om god hygiejne og hensigtsmæssig adfærd.
- Ansatte skal vaske hænder eller spritte af, når de kommer, skifter aktivitet og forlader centeret.
- Ansatte skal holde mindst 2 meters afstand til kollegaer og til brugere – også i eventuel enetræning.
- Ansatte skal kun møde på arbejde, hvis de er helt symptomfri.



Budskaber til brugerne

- Bliv hjemme, hvis du har symptomer, eller hvis du er sårbar eller på anden vis i risikogruppen.
- Vask hænder eller sprit af, når du kommer, skifter aktivitet og forlader centeret.
- Hold afstand – mindst 2 meter.
- Host og nys i albuen.
- Desinficer maskiner og redskaber før og efter brug, og brug eventuelt handsker.
- Mød op til træning iført rent træningstøj og tag bad derhjemme bagefter.
- Medbring fyldt drikkedunk og håndklæde til at tørre dig af med under træning.